

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Sepakbola merupakan salah satu olahraga beregu yang paling digemari dan diminati didunia, Dari waktu ke waktu permainan sepakbola baik yang dimainkan dengan tujuan rekreatif, edukatif, maupun prestatif telah banyak diselenggarakan di berbagai tempat dan kesempatan dari tingkat anak-anak sampai dewasa dalam bentuk amatir maupun professional (Setiap 2007). Selain sepak bola menurut (Prakoso, dkk 2013) olahraga Futsal merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan digemari oleh sebagian besar lapisan masyarakat di seluruh penjuru dunia. Futsal merupakan permainan sepak bola yang dilakukan di dalam ruangan, Olahraga ini semakin di minati oleh banyak orang karena dapat dinikmati serta dimainkan oleh anak-anak dan orang dewasa. Perkembangan olahraga pada akhir-akhir ini semakin pesat, khususnya pada olahraga sepakbola dan futsal dimana olahraga ini telah meluas ke seluruh lapisan masyarakat di Indonesia. Kedua olahraga tersebut paling banyak digemari dan diminati banyak orang sehingga akan membuat ketertarikan jika dapat mengetahui kebutuhan apa yang diperlukan dalam olahraga sepakbola dan futsal.

Kondisi fisik di sepakbola dan futsal ialah yang terpenting menurut (Sidik 2013) menjelaskan bahwa: “Kondisi fisik adalah salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi seorang pemain bahkan dapat dikatakan sebagai keperluan yang tidak dapat ditawar-tawar lagi”. Begitu juga yang diungkapkan oleh (Sidik 2013) mengatakan bahwa: “Persiapan fisik merupakan salah satu yang harus diperhatikan dan dipertimbangkan dari beberapa kasus penting sebagai unsur yang diperlukan dalam latihan untuk mencapai puncak penampilan”.

Untuk mencapai prestasi yang baik khususnya pada tingkatan universitas atau mahasiswa kondisi fisik yang paling utama yaitu daya tahan Vo2 Maksimum, dikarenakan seorang yang memiliki daya tahan paling lama ia akan bertahan selama mungkin dalam pertandingan dan dapat membuat peluang kemenangan itu dapat tercapai (Reilly et al. 2007). Seorang pemain sepakbola dan Futsal yang memiliki VO2 Maksimum tinggi, maka semakin bagus staminanya. Begitupun

sebaliknya semakin rendah nilai VO2 Maksimumnya, semakin rendah staminanya. Salah satu indikator VO2 Maksimum yaitu Jarak yang dapat di tempuh oleh seorang atlet itu sendiri selama pertandingan, seorang yang memiliki VO2 Maksimum tinggi akan dapat menempuh jarak sejauh mungkin dalam suatu pertandingan dengan begitu pemain dapat menguasai jalannya suatu pertandingan dan akan membuat peluang kemenangan itu dapat dicapai oleh tim tersebut.

Pemain dalam tim sepak bola dan futsal dibagi menjadi tiga zona formasi, yaitu: pemain bertahan, pemain tengah, dan pemain penyerang. Tentunya, setiap zona memiliki tugas yang berbeda, seperti pemain belakang (*defender/Anchor*) bertugas untuk memotong serangan lawan agar tidak terciptanya gol, pemain tengah (*midfielder/Flank*) berfungsi sebagai pengontrol serangan maupun pertahanan tim, dan mencetak gol ditugaskan kepada pemain penyerang (*striker/Pivot*). dan penjaga gawang (*goal keeper*) (José et al. 2014). Tingkat VO2 Maksimum tiap-tiap pemain pada setiap posisi pasti berbeda-beda, untuk itu kita dapat mengetahuinya dengan melihat seberapa jauh jarak yang dapat ditempuh pemain pada setiap posisinya dalam satu pertandingan. Dalam olahraga sepakbola dan futsal modern, VO2 Maksimum yang baik tidak hanya mutlak dimiliki oleh pemain tengah. Pemain belakang dan depan juga harus memiliki daya tahan VO2 Maksimum yang baik. Kadang seorang pemain belakang maju kedepan untuk membantu penyerangan, begitu pula pemain depan sewaktu-waktu turun untuk membantu pertahanan dalam situasi-situasi tertentu.

VO2 Maksimum merupakan kesanggupan jantung dan paru serta pembuluh darah untuk berfungsi secara optimal pada keadaan istirahat dan latihan untuk mengambil oksigen dan mendistribusikannya ke jaringan yang aktif untuk digunakan pada proses metabolisme tubuh. Oleh karena itu, kebugaran jasmani khususnya VO2 Maksimum yang baik perlu dimiliki oleh semua pemain guna mempertahankan performa bermain yang bagus selama pertandingan berlangsung. Dari pertandingan tersebut dapat diperoleh kinerja fisik berdasarkan jarak yang ditempuh, jumlah sprint, dan lain-lain (Blair et al., 2019). Diharapkan dari waktu ke waktu lebih indikator indikator yang lainnya bisa ditambahkan.

Di era Perkembangan teknologi yang semakin maju kita dapat dengan mudah mengambil data dengan menganalisis data tersebut pada suatu pertandingan,

dengan kemajuan teknologi ini kita dapat menganalisis seberapa jauh jarak yang dapat ditempuh oleh pemain Sepakbola dan Futsal selama pertandingan berlangsung, Salah satu teknologi berupa alat yaitu Jam tangan Polar RC3-GPS dapat melihat kemampuan jarak tempuh seorang pemain dan denyut nadi atlet saat sedang bermain sepakbola ataupun futsal selama pertandingan berlangsung, dengan begitu kita dapat menganalisis seberapa jauh jarak yang dapat ditempuh pemain tingkat universitas atau mahasiswa pada setiap posisi tersebut dengan melihat hasil dari data GPS yang terdapat pada jam tangan Polar tersebut.

Berdasar latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Analisis Jarak Tempuh Pemain Sepakbola Dan Futsal Pada Mahasiswa UPI”

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah penulis uraikan, maka masalah penelitiannya adalah :

- 1) Profil Jarak tempuh pemain Sepakbola disetiap Posisi pada mahasiswa UPI ?
- 2) Profil Jarak tempuh pemain Futsal disetiap Posisi pada mahasiswa UPI ?
- 3) Perbandingan jarak tempuh pemain Sepakbola dan Futsal pada setiap Posisi ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Terkait dengan rumusan penelitian di atas, penulis tetapkan bahwa tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Untuk mengetahui Profil Jarak tempuh pemain Sepakbola disetiap Posisi pada mahasiswa UPI.
- 2) Untuk mengetahui Profil Jarak tempuh pemain Futsal disetiap Posisi pada mahasiswa UPI.
- 3) Untuk mengetahui Perbandingan jarak tempuh pemain Sepakbola dan Futsal pada setiap Posisi.

#### **1.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang diharapkan penulis melalui penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti lain untuk mengaplikasikan teori kedalam praktik dengan hasil penelitian tentang Analisis Jarak Tempuh Pemain Sepakbola Dan Futsal Pada Tingkatan Pemain Universitas.
- 2) Secara praktis hasil penelitian ini memberikan manfaat bagi atlet maupun pelatih untuk menentukan dan menerapkan bagaimana cara menganalisis Latihan VO2 Maksimum yang sesuai dengan tingkatannya dengan melihat hasil dari jarak tempuh dalam suatu pertandingan tersebut.

#### **1.5 Struktur Organisasi Penelitian**

Dalam setiap skripsi untuk mempermudah dalam pembahasan dan penyusunan selanjutnya, maka berikut rencana penulis untuk membuat kerangka penulisan yang akan diuraikan berdasarkan sistematika penulisan sebagai berikut :

Bab I pendahuluan, Olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat pada umumnya yaitu sepakbola dan futsal, untuk mencapai prestasi diperlukan kondisi fisik yang baik terutama pada daya tahan Vo2 Maksimum, tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan jarak tempuh pemain sepakbola dan futsal disetiap posisinya dan melihat perbedaan diantara keduanya.

Bab II, Berisi teori-teori yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan tentang Analisis Permainan Sepakbola dan Futsal pada Setiap Posisinya, Penelitian dahulu yang relevan, dan Kerangka Berfikir.

Bab III, merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif komparatif. Untuk populasinya yaitu mahasiswa laki-laki prodi ilmu keolahragaan yang sudah ditentukan menggunakan metode *Purposive Sampling* sebanyak 18 orang sebagai sampel, 10 orang dijadikan sampel olahraga sepakbola dan 8 orang dijadikan sampel olahraga futsal. Kemudian penelitian ini dilakukan hanya 1 kali pengujian menggunakan Polar RC3-GPS untuk sepakbola di Stadion Universitas Pendidikan Indonesia dan untuk Futsal di Lapangan Futsal Sampoerna Setiabudhi. Instrumen penelitian berupa alat menggunakan jam tangan Polar RC3-GPS dan

analisis data melalui prosedur statistika komputerisasi menggunakan IBM SPSS v. 20

Bab IV, berdasarkan hasil data yang diperoleh oleh peneliti terdapat perbedaan jarak tempuh pada setiap posisi di Olahraga Sepakbola dan Futsal dan berdasarkan hasil pengolahan data spss v.20 menyatakan bahwa secara signifikan terdapat perbedaan jarak tempuh pada setiap posisi di sepakbola dan futsal mahasiswa upi.

Bab V yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara jarak tempuh pada setiap posisi di sepakbola dan futsal mahasiswa upi pada setiap posisinya.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa mengembangkan dengan menggunakan sampel yang berbeda dan indikator yang lebih banyak untuk dapat diukur agar hasil yang diperoleh jauh lebih baik penelitian ini dapat bermanfaat dan bisa berkembang dengan didukung oleh berbagai pihak. Untuk pemain dan pelatih dapat kita lihat dari gambaran jarak tempuh pemain tersebut sebagai kapasitas kemampuan pemain agar dapat ditingkatkan untuk mendapatkan prestasi yang dituju.